

8月

コミュニティふらっと成田

自主事業 講座のご案内



～お知らせ～ 60歳以上の区民のみなさま、★印の講座は長寿応援ポイントがもらえます！ポイントを集めると杉並区内共通商品券への交換や寄付ができます。

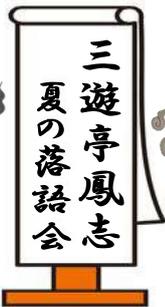
7月02日更新

★印は長寿応援ポイント対象講座です。詳しくは受付までお問合せください。

講座名	曜日	開催日	時間	参加費
Enjoy!キッズダンススクール ～プロのダンサー指導。運動機能や人との関わりも学べる！～	月曜 (月4回)	午後 8月4日,11日,18日,25日 対象：①4歳～小学生低学年 / ②小学生	①15:30～16:20 ②16:30～17:20	月会費 7700円
快足!キッズかけっこスクール ～トレーナー指導。遊び感覚で基礎的な身体能力を向上!～	土曜 (月4回)	午後 8月2日,9日,16日,23日 対象：①4～5歳 / ②6歳～小学生	①14:00～14:50 ②14:55～15:45	月会費 7700円
軽やか!正しい歩き方教室 ★ ～良い姿勢で軽やかな効率の良い歩き方を習得!～	木曜 (月4回)	午前 8月7日,14日,21日,28日 ※令和7年1月より都度払いでご参加いただけるようになりました。	11:00～12:00	月会費 6600円 または 1800円/1回
体ほぐし!かんたん夜ヨガ教室 ★ ～週末の夜、心も体もほぐしてくれる「夜ヨガ」へどうぞ!～	金曜 (月4回)	夜間 8月1日,8日,15日,22日	19:00～20:00	月会費 6600円
若返り!良い姿勢づくり教室 ★ ～肩こり・腰痛改善、転倒予防、動きやすい体作りを!～	金曜 (第1,3)	午前 8月1日,15日	10:30～12:00	1回 1000円
どなたでもダーツ ★ ～初めての方、障害のある方、プランクがある方もどうぞ!～	月曜 (月4回)	午後 8月4日,11日,18日,25日	13:00～14:30	550円 (初心者 700円)
初心者のためのオカリナ教室 ★ ～貸出用オカリナがあるのでお気軽に!～	月曜 (第1,3)	午前 8月4日,18日 ①初級コース ②中級コース	①10:00～11:00 ②11:00～12:00	①1200円/1回 ②1000円/1回
はじめてのフラダンス ～HULA(フラダンス)はゆっくりした動きで、ダイエットやシェイプアップに効果的です。音楽に癒されながら楽しく踊りましょう!～	水曜 (月3回)	午後 8月6日,13日,27日 リコレファ【初級】クラス ★ 練習用パウスカート無料レンタル	14:00～15:00	月会費 5,000円
	水曜 (月2回)	午後 8月13日,27日 プアリア【親子】クラス 対象：3歳～小学生のお子様と保護者の方 練習用パウスカート無料レンタル	15:30～16:15	親子2500/1回 お子様1名追加+500円
～本を楽しもう～ 読み聞かせ ～子どもおとなも、親子もお友達同士も、だれでも参加できます!～	日時) 8月21日(木) 午後3時45分～1時間位 読み手) バンビぶんこ 渋川 慧子 皆吉 ゆかり			

5代目円楽一門として活躍中の人気落語家 三遊亭鳳志師匠の独演会を開催。涼しさを求めてご来場ください。

日時：8月30日(土) 怪談話も聴ける
午後5時～6時30分
(開場：午後4時30分)
参加費：大人 1,500円
中学生 800円
小学生 500円
※乳幼児不可。小学生保護者同伴。
定員：60名(申込順)



詳しくはチラシをご覧ください。

おもちゃの病院 共催：杉並おもちゃドクターズ

日時) 8月31日(日) 午後1時～4時(受付3時まで)
参加費) 無料(1家庭1個まで) 診察数) 20個程度
申込・予約不要 直接会場へお越しください

※部品購入などで費用がかかる場合もあります
※入院(持ち帰り修理)の場合もあります
※修理できないおもちゃがあります。



◎診察・治療時間により受付時間が変更となる場合があります。あらかじめご了承ください。

杉並区立 コミュニティふらっと成田 ☎ 03-3318-2061

〒166-0016 杉並区成田西1-28-18

【バスの場合】① すぎ丸(阿佐ヶ谷駅⇄浜田山駅)「成田西子供園前」下車徒歩2分

② 関東バス(中野駅⇄五日市街道営業所 中35・中36・高43系統)
「杉並第二小学校」下車徒歩2分

